

¹Specijalna bolnica za medicinsku rehabilitaciju Stubičke Toplice

Park Matije Gupca 1 ♦ 49244 Stubičke Toplice

²Poliklinika za reumatske bolesti, fizikalnu medicinu i rehabilitaciju "Dr. Drago Čop"

Mihanovićeve 3 ♦ 10000 Zagreb

**STAV ZDRAVSTVENIH DJELATNIKA
PREMA PREVENTIVNIM MJERAMA SUSTAVA ZA KRETANJE
ATTITUDE OF HEALTH WORKERS
TOWARDS LOCOMOTORY SYSTEM PREVENTIVE MEASURES**

Vesna Ćosić-Nikić¹ ♦ Branko Markulinčić¹ ♦ Ladislav Krapac²

U svrhu prikupljanja podataka o zamoru i boli u zdravstvenih djelatnika u u Specijalnoj bolnici za medicinsku rehabilitaciju Stubičke Toplice ispitano je 150 djelatnika s raznolikim radnim opterećenjima. Upitnikom, koji su sami ispunili, bila su obuhvaćena i pitanja koja se tiču provođenja dnevnog, tjednog i godišnjeg odmora kao i sklonosti rekreaciji.

Visoka zastupljenost boli u kralježnici (više od 2/3), ali i u dominantnoj ruci (23% ispitanika) te desnom ramenu (20%), navodi nas da njihove uzroke tražimo i u neprimjerenim radnim opterećenjima.

Nošenje teških tereta, dugotrajno stajanje, prisilni položaj tijela pri radu, najviše su isticani egzogeni faktori od strane ispitanika s jakim fizičkim naprezanjima, dok su rad u prisilnom položaju i dizanje bolesnika kao rizični faktor najčešće navođeni u ispitanika s umjerenim fizičkim naporima.

Sve tri ispitivane skupine dnevni odmor najčešće provode pasivno, a vrlo malo (12% do 20%) ih se u slobodno vrijeme bavi sportom. Ispitanici s umjerenim i neznatnim fizičkim naprezanjima godišnji odmor provo-

de namjenski s ciljem poboljšanja kondicije, dok ispitanici iz skupina s jakim radnim naporima odmor provode obavljajući poljodjelske radove. Većina ispitanika želi sudjelovati u aktivnom odmoru tijekom rada kao i u organiziranoj terapiji bolnih sindroma sustava za kretanje (LMS). Najčešće bi se prilagodili vremenu održavanja takvih vježbi unutar radne sredine.

Preporučamo i kod zdravstvenih djelatnika izdvojiti rizične skupine bolesti LMS te uvesti kod njih obvezatne sistematske preglede. Uz to treba provjeriti jesu li na radnim mjestima zadovoljeni ergonomski postulati te provoditi kontinuiranu edukaciju u području ergonomije. Kao sekundarnu preventivnu mjeru bolesti LMS ponekad će trebati predložiti i promjenu radnog mjesta kod već oboljelih zdravstvenih djelatnika. Svakako moramo i dalje raditi na osmišljavanju preventivnih rekreacijskih odmora koji bi se ciljano provodili u rehabilitacijskim centrima blizu velikih središta u Republici Hrvatskoj i na taj način podigli kvalitetu života zdravstvenih djelatnika.

Ključne riječi: zdravstveni djelatnici, prevencija, sustav za kretanje